Volume 9 Issue 5 (2025) Pages 1385-1394
Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
ISSN: 2549-8959 (Online)

Flash Card sebagai Media Pendidikan Kesehatan pada Remaja: Kajian *Scoping Review*

Linda Listriyati[1]✉, Insi Farisa Desy Arya [2], Dodi Suardi [3]
Magister Kebidanan, Universitas Padjadjaran, Indonesia(1)
Departemen Keluarga Layanan Primer, Universitas Padjadjaran, Indonesia(2)
Departemen Obstetri dan Ginekologi, Universitas Padjadjaran, Indonesia(3)
DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

Abstrak
Remaja mengalami fase transisi yang melibatkan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial, sehingga pendidikan kesehatan menjadi penting untuk mendukung kesehatan mereka. Salah satu media yang efektif untuk pendidikan kesehatan adalah *flash card*, yang dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *flash card* terhadap pendidikan kesehatan pada remaja. Metode yang digunakan adalah *scoping review*, dengan mengumpulkan artikel dari *platform* Google Scholar, PubMed, dan Science Direct dan didapatkan enam artikel dari lima negara yang berhasil dianalisis dengan tiga tema utama yang ditemukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *flash card* efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai isu kesehatan, menciptakan suasana pembelajaran yang interaktif dan fleksibilitas, serta mendorong remaja untuk berpikir kritis, meningkatkan peranan remaja dalam pendidikan kesehatan dan mudah diakses. Dapat disimpulkan bahwa *flash card* efektif meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pendidikan kesehatan melalui pembelajaran yang interaktif, mudah dipahami, dan fleksibel. Studi ini mendukung pengembangan media partisipatif dan merekomendasikan inovasi digital salah satunya *flash card* sebagai media pendidikan kesehatan.

Kata Kunci: *Remaja, pendidikan Kesehatan, Flash card*

Abstract
Adolescents experience a transitional phase that involves physical, cognitive, emotional, and social changes, making health education crucial to support their well-being. One effective medium for health education is flashcards, which can improve knowledge, attitudes, and healthy behaviors. This study aims to examine the impact of flash cards on health education among adolescents. The method used is a scoping review, gathering articles from platforms such as Google Scholar, PubMed, and Science Direct. Six articles from five countries were analyzed, revealing three main themes. The results show that flash cards are effective in increasing adolescents' knowledge of health issues, creating an interactive and flexible learning environment, encouraging critical thinking, enhancing the role of adolescents in health education, and being easily accessible. It can be concluded that flash cards are effective in improving adolescents' knowledge of health education through interactive, easy-to-understand, and flexible learning. This study supports the development of participatory media and recommends digital innovation, such as flash cards, as a media for health education.

Keywords: *Adolescents, Health Education, Flash Card.*

✉ Corresponding author: Linda Listriyati
Email Address: listriyatilinda19@gmail.com (Bandung, Indonesia)
Received 26 March 2025, Accepted 19 April 2025, Published 5 June 2025

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

Pendahuluan

Remaja didefinisikan sebagai penduduk yang berusia 10-19 tahun (Hadiz et al., 2019). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistika tahun 2023 jumlah remaja di Indonesia sebanyak 44,2 juta jiwa (BPS, 2024) Remaja mengalami fase transisi dari anak-anak ke dewasa yang melibatkan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial (Tasya Alifia Izzani et al., 2024).Karena banyak perubahan yang terjadi pada masa remaja, penting untuk para remaja menjaga kesehatannya melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah proses yang bertujuan untuk menyebarkan informasi dan keterampilan guna meningkatkan kesehatan serta mencegah penyakit (Robinson, 2022). Proses ini mencakup berbagai model, termasuk pendekatan pencegahan, pendidikan, dan pemberdayaan. Setiap model memiliki gaya komunikasi dan tingkat keterlibatan peserta yang berbeda-beda (Robinson, 2022). Menurut WHO tujuan umum dari pendidikan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku individu dan masyarakat dalam hal kesehatan (Rahman et al., 2018).

Dalam upaya pemberian pendidikan kesehatan diperlukan media, media pendidikan kesehatan memiliki peranan krusial dalam menyebarkan informasi dan meningkatkan kesehatan masyarakat karena media ini dapat menjangkau berbagai kalangan secara efektif dan mendorong perilaku kesehatan yang positif (Ouchene et al., 2024). Media membantu meningkatkan kesadaran akan masalah kesehatan, menyediakan informasi, edukasi, advokasi, serta mempromosikan perubahan perilaku kesehatan yang baik di antara individu dan komunitas (Ouchene et al., 2024). Alat bantu media pendidikan kesehatan dalam membantu memberikan edukasi kesehatan terdiri dari alat bantu visual, audio dan audio visual yang memainkan peranan penting dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mendorong perilaku sehat (Notoatmodjo, 2007), menurut *Edgar Dale* pentingnya materi visual, seperti gambar, video, dan alat bantu visual lainnya, dalam meningkatkan pengalaman belajar siswa (Lee & Reeves, 2017). Menurut *Levie & Levie* menganalisis penelitian tentang belajar menggunakan gambar dan kata, dan menyimpulkan bahwa stimulus visual lebih efektif untuk tugas-tugas seperti mengingat, mengenali, dan menghubungkan fakta serta konsep (Hamdanah & Surawan, 2022).

Salah satu media visual adalah *flash card. Flash card* adalah alat pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa karena mendorong pembelajaran aktif, *flash card* memungkinkan siswa untuk berinteraksi langsung dengan materi yang memperkuat pemahaman dan ingatan (Akbar, 2022). Sejarah *flash card* sangat terkait dengan *Glenn Doman*, seorang dokter bedah otak dari Philadelphia, Pennsylvania (Akbar, 2022). Menurut beberapa sumber, Doman adalah yang pertama kali memperkenalkan konsep *flash card* (Akbar, 2022). *Flash card adalah* alat pembelajaran yang menggunakan media visual, seperti gambar, tulisan, atau kombinasi keduanya, untuk membantu proses belajar (Akbar, 2022).

Flashcard memiliki kelebihan yaitu 1) praktis dan mudah dibawa, 2) Ukuran kecil, tidak perlu keahlian khusus dalam menggunakannya, 3) Mudah diingat karena terdapat gambar dan dilengkapi teks 4) Menyenangkan karena dapat digunakan sebagai permainan, 5) Menarik dan membuat semangat (W E Lestari, Hartono, 2020). Penelitian dari Senzaki, et.al (2017) memaparkan bahwa siswa yang belajar dengan mengunakan *flashcard* didapatkan adanya peningkatan skor ujian yang signifikan dibandingkan yang tidak menggunakan *flashcard.* Selain itu menurut penelitian Aryandari & Sari (2024) penggunaan kartu gambar dalam presentasi terbukti efektif di berbagai konteks pendidikan dan informasi, dengan potensi lebih baik dibandingkan media promosi lainnya.

Penelitan mengenai efektifitas *flash card* sebagai media pembelajaran untuk anak usia dini banyak dilakukan, salah satunya sebagai media pembelajaran untuk anak-anak yang efektif untuk memperkenalkan huruf (Cahya & Sari, 2023). Namun pengaruh *flash card* sebagai media pendidikan kesehatan untuk remaja masih terbatas, sehingga penulis mencoba melakukan *scoping review* untuk memetakan pengaruh *flash card* dalam konteks pendidikan kesehatan remaja, dimana kajian ini belum banyak dilakukan. Selain itu berdasarkaan pemaparan *Levie & Levie* yang menerangkan bahwa stimulus visual efektif untuk mengingat, namun kenyataan di lapangan salah satunya media visual seperti *leaflet* yang digunakan untuk media pendidikan kesehatan pada remaja untuk memberikan informasi mengenai keputihan pada remaja efektifitasnya belum maksimal

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

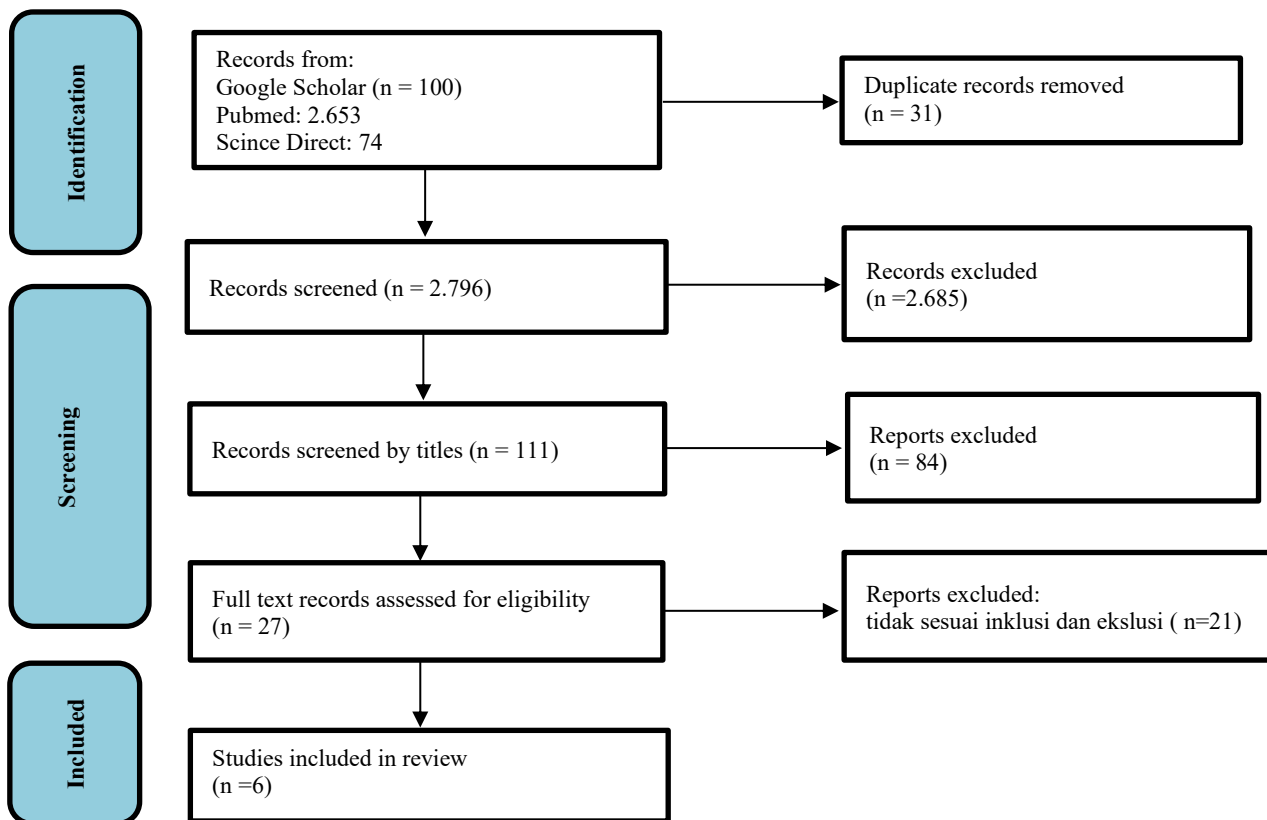
dibandingkan pemberian dengan menggunakan *flash card,* karena kurangnya partisipasi aktif dari remaja (Putri et al., 2024). Oleh karena hal tersebut penelitian ini penting karena dapat menjawab kebutuhan akan metode edukasi kesehatan yang interaktif dan kontekstual, serta mendorong literasi kesehatan berbasis media visual yang aplikatif.

Metodologi

Penelitian ini mengunakan metode *Scoping Review* untuk mengkaji berbagai temuan ilmiah yang berkaitan dengan penggunaan media *flash card* dalam pendidikan kesehatan pada remaja. Penulis menggunakan kerangka *Framework* PCO dalam *review article* ini. Adapun framework PCO terdiri dari P *(Population):* Remaja C *(Context):* pemberian pendidikan kesehatan melalui media *flash card* dan O *(Outcome)*: Pengaruh *flash card.* Kemudian *research questionnya* adalah bagaimana pengaruh *flash card* terhadap pendidikan kesehatan pada remaja? Pencarian artikel dilakukan melalui tiga basis data ilmiah, yaitu Google Scholar, PubMed, dan Science Direct. Adapun *keyword* yang diambil adalah *flash card AND picture card AND visual aid AND health promotion OR health education AND adolescent*. Untuk membantu pencarian artikel pada *platform* Google Scholar, penulis memanfaatkan aplikasi *Publish or Perish* (PoP). Selain itu, dalam proses *screening* dan eliminasi artikel duplikat, digunakan aplikasi Rayyan.ai yang mempermudah seleksi awal artikel.

Artikel yang dimasukkan ke dalam kajian ini harus memenuhi beberapa kriteria inklusi, yaitu membahas remaja usia 10-19 tahun, artikel diterbitkan pada tahun 2019 hingga 2024, relevan dengan topik penggunaan *flash card* dalam pendidikan kesehatan remaja. Sementara itu, artikel yang tidak relevan dengan topik, tidak menyebutkan penggunaan *flash card, picture card, visual card* atau tidak membahas populasi remaja dikeluarkan dari analisis. Dalam melakukan seleksi artikel dilakukan dengan mengikuti panduan PRISMA *(Preferred Reporting Items for Systematic Review or Meta-Analysis)* untuk memastikan proses seleksi menjadi sistematis dan transparan (Page et al., 2021). Hasil seleksi artikel digambarkan dalam bentuk diagram alur PRISMA yang tergambarkan pada gambar 1.

Gambar 1. Prisma *Flowchart*

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

Setelah artikel terpilih, penulis melakukan analisis tematik secara manual. Setiap artikel dibaca secara menyeluruh untuk mengidentifikasi informasi penting yang berkaitan dengan penggunaan *flash card* sebagai media pendidikan kesehatan pada remaja. Informasi yang ditemukan kemudian dikategorikan ke dalam tema-tema utama yang muncul dari isi artikel. Untuk menjaga objektivitas dan konsistensi data, proses penelaahan artikel dilakukan secara independen oleh lebih dari satu penelaah. Setiap penelaah menilai artikel berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan dan mencatat temuan penting. Setelah proses penilaian selesai, hasil penelaahan dibandingkan dan di diskusikan untuk menyamakan persepsi terhadap perbedaan yang muncul. Langkah ini merupakan bagian dari validasi antar penelaah *(inter-rater reliability)* yang bertujuan mengurangi bias subjektif dan meningkatkan keandalan hasil kajian.

Berdasarkan pencarian artikel melalui langkah yang tergambar dalam gambar 1, prisma *flowchart* didapatkan 6 artikel yang memenuhi syarat untuk penulis *review*

Tabel 1. Rangkuman Data Artikel

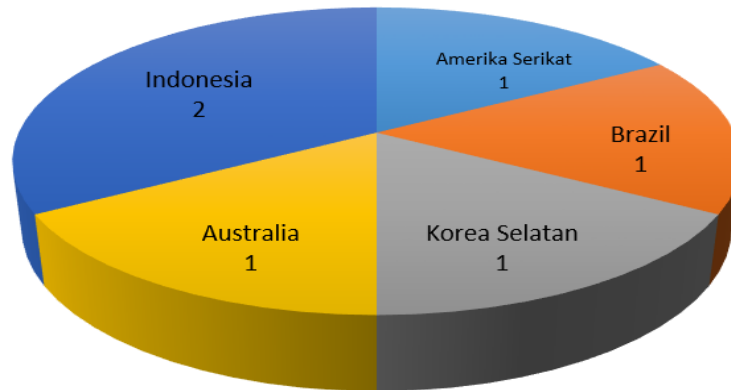
No.	Judul, Penulis	Tujuan	Metode (*design*, sampel, instrumen,	Hasil
A1	**Judul**: Effects of a nutritional intervention using pictorial representations for promoting knowledge and practices of healthy eating among Brazilian adolescents **Penulis:** Fonseca, Bertolin, Gubert, & da Silva **Tahun:** 2019 **Negara:** Brazil	Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektifitas intervensi gizi yang menggunakan pendekatan pemecahan masalah dan bergambar dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai makanan sehat pada remaja	**Design:** *Randomized Controlled Trial* **Sampel:** 461 remaja dengan 273 intervensi dan 188 kontrol **Instrumen:** Kuesioner dan kartu bergambar	Intervensi nutrisi yang dilakukan melalui kegiatan edukasi berbasis masalah dan penggunaan representasi pictorial efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik makan sehat di kalangan remaja. Dimana peningkatan pengetahuan sebelum intervensi adalah 7.54 (95% CI: 7.20–7.88) dan setelah intervensi 9.26 (95% CI: 8.91–9.61)
A2	**Judul**: Development and Evaluation of the Card Game for Children's Sugar Intake Reduction **Penulis:** Kim, Yeon, & Choi **Tahun:** 2019 **Negara:** Korea Selatan	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat dan menilai permainan kartu bernama Sugar50 yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap anak-anak Korea tentang cara mengurangi konsumsi gula dengan menggunakan *flashcard*	**Design:** *Kuantitatif dengan Quasy Experiment one group pretest and posttest design* **Sampel:** 56 anak berusia 11-13 tahun **Instrumen:** *Flash Card* dan kuesioner	Hasilnya menunjukkan bahwa bermain Sugar50 meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang kandungan gula dalam makanan (dari 5,4 menjadi 6,4 dari 10, $P < .001$) dan kesadaran tentang batasan gula harian dari makanan olahan (dari 1,2% menjadi 72,1%, $P < .001$). Sementara itu, tidak ada perubahan pada kelompok kontrol.
A3	**Judul**: The Effect of Flashcards on the Factual Knowledge and Conceptual Understanding of Student Athletes **Penulis:** Bauer **Tahun:** 2023	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penggunaan kartu flash digital secara mandiri dan asinkron mempengaruhi ingatan dan pemahaman	**Design:** *Kuantitatif dengan Quasy Experiment two-group pretest-posttest design*	Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan skor 29% pasca tes. Secara keseluruhan, hasil studi ini menunjukkan bahwa penggunaan *aplikasi flash card* digital dapat membantu meningkatkan pemahaman

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

No.	Judul, Penulis	Tujuan	Metode (*design*, sampel, instrumen,	Hasil
	Negara: Amerika Serikat	informasi fakta di kalangan atlet pelajar.	**Sampel:** 26 siswa SMA berusia 14-19 tahun **Instrumen:** *Flash Card* dan kuesioner	atlet terhadap informasi dasar dan juga mendukung mereka dalam menerapkan prinsip yang lebih tinggi dalam latihan mereka.
A4	**Judul**: The Effect of Health Education with *Flashcard* Media on Improvement of Knowledge and Reduction of Anxiety Degree in Adolescents Primigravida **Penulis:** Baska, Madjid, & Idjradinata **Tahun:** 2020 **Negara:** Indonesia	Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh edukasi dengan media *flashcard* terhadap pengetahuan dan derajat kecemasan pada primigravida remaja	**Design:** *Kuantitatif dengan Quasy Experiment one group pretest and posttest design* **Sampel:** 30 orang **Instrumen:** *Flash card* dan kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan setelah intervensi, dengan nilai p = 0,001 (p < 0,05). Rata-rata pengetahuan meningkat 35,0% untuk kartu seri 1 dan 30% untuk kartu seri 2–3. Tingkat kecemasan juga menurun 9,2% setelah perlakuan (p < 0,05). *Flash card* mampu meningkatkan pengetahuan dan menurunkan kecemasan ibu primigravida remaja.
A5	**Judul**: Visual Media To Campaign The Sexual Health For Teenagers (Study Case Using Visual Media To Inform Health Reproduction For Teenager In Solo) **Penulis:** Wulandari **Tahun:** 2019 **Negara:** Indonesia	Tujuan penelitian adalah meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja tentang kesehatan reproduksi melalui penggunaan media visual.	**Design:** *Kualitatif* **Sampel:** 10 responden dan 5 remaja **Instrumen:** Wawancara mandalam dan FGD	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media visual untuk memberikan informasi tentang pendidikan kesehatan seksual sangat penting. Adapun media visual yang dapat digunakan adalah permainan puzzle, brosur, *flash card*, permainan edukatif, dan film.
A6	**Judul**: How to use visual methods to promote health among adolescents: A qualitative study of school nursing **Penulis:** Laholt, Guillemin, McLeod, Beddari, & Lorem, **Tahun:** 2019 **Negara:** Australia	Tujuan penelitian ini adalah untuk menggali dan mengetahui bagaimana metode visual, khususnya Photovoice, dapat digunakan oleh perawat kesehatan masyarakat (PHN) dalam menjalankan praktik promosi kesehatan di sekolah.	**Design:** *Kualitatif* **Sampel:** 40 sampel **Instrumen:** Wawancara mandalam, observasi dan FGD	Photovoice berguna dalam promosi kesehatan dan isu-isu kesehatan masyarakat lainnya. Dengan melibatkan siswa untuk membawa gambar dalam percakapan, metode ini memberikan mereka peran aktif dan kesempatan untuk menyuarakan pendapat mereka dalam promosi kesehatan. Photovoice memungkinkan siswa berpartisipasi lebih dalam, memberi mereka suara dalam diskusi mengenai kesehatan, yang pada akhirnya dapat mendukung tujuan promosi kesehatan secara lebih efektif.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

Hasil dan Pembahasan

Dari artikel yang penulis temukan ada 27 artikel yang potensial dengan yang akan penulis *review*. Akan tetapi hanya 6 yang memenuhi persyaratan sebagai artikel yang ingin penulis *review.* Adapun gambar di bawah ini menerangkan karakteristik artikel berdasarkan negara.

Gambar 2 Karakteristik Artikel berdasarkan Negara

Dari gambar 2 dapat dipaparkan bahwa artikel yang didapatkan masing-masing dari negara Amerika Serikat, Australia, Brazil, Korea Selatan, Indonesia.

Tabel 2. Analisis dan Mapping Tema Artikel

Tema	Sub Tema dan Artikel
Flash Card sebagai Media Pendidikan Kesehatan	▪ Peningkatan Pengetahuan: A1, A2, A3, A4, A5, A6 ▪ Interaktif dan Fleksibilitas: A2, A3, A4, A5, A6 ▪ Meningkatkan Berpikir Kritis, Meningkatkan Peran dan Aksebilitas: A2, A3, A4, A6

Peningkatan Pengetahuan

Pengetahuan adalah adalah informasi, pemahaman dan keterampilan yang diperoleh melalui pendidikan atau pengalaman (Swarjana, 2022). Media pendidikan kesehatan meliputi berbagai alat dan metode untuk menyebarkan informasi kesehatan kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait kesehatan. Ini mencakup media cetak seperti selebaran dan poster, serta media elektronik seperti televisi, radio, dan internet untuk menyampaikan pesan kesehatan secara efektif (Aidha et al., 2023). Salah satu cara penyebaran informasi melalui media visual untuk dapat meningkatkan kesehatan pada remaja dapat dilakukan melalui permainan puzzle, brosur, *flash card*, permainan edukatif, dan film (Wulandari, 2019). *Flash card* sebagai salah satu media visual dapat membantu proses pembelajaran (Akbar, 2022).

Baska et al. (2020) memaparkan bahwa dengan penggunaan *flash card* terjadi peningkatan pengetahuan pada ibu hamil usia remaja mengenai kesehatan reproduksi selama kehamilan sehingga bisa menurunkan kecemasan. Kim et al. (2019) memaparkan juga bahwa adanya peningkatan pengetahuan mengenai kandungan gula dalam makanan sehingga remaja menjadi lebih sadar akan jumlah gula yang disarankan untuk dikonsumsi dan dapat membantu mereka membuat pilihan makanan yang lebih sehat. Selain itu Bauer (2023) memaparkan bahwa dengan menggunakan *flash card* membantu dalam meningkatkan skor ujian, hal itu dikarenakan *flash card* sebagai salah satu media visual efektif dalam menyampaikan informasi kompleks karena membuat konsep-konsep tersebut lebih mudah dipahami dan diingat. Penelitian Laholt et al. (2019) memaparkan juga bahwa dengan *photovoice* mahasiswa keperawatan lebih bisa memahami konsep materi pendidikan kesehatan yang akan disampaikan.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

Pemaparan diatas sesuai dengan yang dipaparkan oleh Schubbe et al. (2018) dimana informasi kesehatan yang dipaparkan dengan media gambar dapat meningkatkan pemahaman dan sikap, karena gambar lebih mudah diingat dan dipahami dibandingkan teks. Dengan menggunakan kartu bergambar daya ingat terhadap pesan kesehatan dapat meningkat, mendorong perilaku dan sikap yang lebih baik (Schubbe et al., 2018). *Flash card* adalah alat pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa dengan mendorong pembelajaran aktif, *flash card* memungkinkan siswa untuk berinteraksi langsung dengan materi, yang memperkuat pemahaman dan ingatan (Akbar, 2022).

Interaktif dan Fleksibilitas

Media pembelajaran memainkan peran penting dalam meningkatkan pengalaman, menurut *Edgar Dale* tingkat daya ingat peserta didik sangat bergantung pada jenis kegiatan pembelajaran yang dilakukan (Lee & Reeves, 2017). Menurut Ani Daniyati et.al. (2023) dengan memfasilitasi proses belajar mengajar dapat membuatnya lebih menarik dan efektif. *Flash card* dapat membuat remaja dapat berinteraksi dengan teman dalam permainan dan meningkatkan motivasi belajar, selain itu dapat mengembangkan keterampilan sosial dan kerja sama saat bermain dengan teman-teman mereka (Kim et al., 2019). Menurut Baska et al. (2020) dengan menggunakan *flash card* menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menarik sehingga dapat meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran. Hal ini membantu dalam menyampaikan informasi dengan cara yang lebih menarik dan mudah diingat. *Flashcard* tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga merangsang keterampilan berpikir kritis dan sosial.

Penggunaan media visual terkhusus untuk pemberian informasi kesehatan dengan menggunakan permainan puzzle, *flash card*, dan video edukatif dapat menciptakan pengalaman belajar yang interaktif, yang dapat meningkatkan keterlibatan remaja dan mendorong mereka untuk aktif mencari informasi (Wulandari, 2019). Penelitian Laholt et al. (2019) menerangkan bahwa media visual seperti *photovoice* dapat memberikan remaja kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi kesehatan, dengan mengambil gambar dan menceritakan pengalaman mereka remaja dapat menyuarakan pandangan dan perasaan mereka terkait isu-isu yang mempengaruhi kehidupan mereka, sehingga meningkatkan rasa memiliki dan kontrol atas kesehatan mereka. Penelitian tersebut selaras dengan penelitian Fine et al. (2018) dimana penggunaan kartu bergambar dapat membantu mahasiswa kedokteran gigi dalam mengungkapkan pengalaman belajar mereka dengan cara yang lebih personal, bebas dan dapat merangsang pemikiran.

Bauer (2023) memaparkan penggunaan aplikasi *flash card* memungkinkan siswa belajar dengan lebih fleksibel, menyesuaikan dengan jadwal dan kebutuhan masing-masing. Fleksibilitas ini dapat meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses belajar serta membantu mereka mengingat informasi dengan lebih baik. Hal ini beriringan dengan penelitian W E Lestari, Hartono (2020) dimana *flash card* memiliki kelebihan salah satunya karena praktis dan mudah dibawa dan dapat menciptakan pengalaman belajar yang interaktif sehingga dapat meningkatkan keterlibatan remaja serta mendorong mereka untuk aktif mencari informasi. *Flash card* sebagai salah satu media visual dapat menjadi sarana pembelajaran interaktif karena dapat dijadikan sebagai permainan antar siswa, sehingga konten yang disampaikan dapat lebih dipahami (Angreany & Saud, 2017). Media visual seperti *flash card* juga mendukung pengembangan keterampilan penting abad 21, seperti literasi digital, berpikir kritis, dan kreativitas, karena dengan adanya variasi metode pengajaran ini siswa menjadi lebih terlibat dan lebih mudah mengingat materi serta dapat mengaplikasikan pengetahuan mereka dalam kehidupan nyata (Bayuaji, 2024)**Meningkatkan**

Berpikir Kritis, Meningkatkan peran dan Aksebilitas

Baska et al. (2020) memaparkan bahwa *flash card* merupakan media yang mudah diakses dan dapat digunakan oleh semua usia dan memudahkan pendidik dalam menyampaikan informasi dengan cara yang menarik dan efektif terutama dalam menyampaikan materi pendidikan kesehatan. Dengan menggunakan *flash card* dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menarik sehingga dapat meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

pembelajaran, dan membatu dalam penyampaian informasi karena mudah diingat (Baska et al., 2020). Berdasarkan penelitian Kim et al. (2019) *flashcard* tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga merangsang keterampilan berpikir kritis dan sosial, selain itu *flash card* dapat membuat remaja mendapatkan perubahan positif terhadap informasi pengurangan asupan gula karena mendorong mereka untuk lebih memperhatikan kesehatan mereka.

Laholt et al. (2019) menerangkan bahwa media visual seperti *photovoice* dapat memberikan remaja kesempatan untuk merangsang pemikiran mereka dalam diskusi kesehatan, dengan mengambil gambar dan menceritakan pengalaman mereka, remaja dapat menyuarakan pandangan dan perasaan mereka terkait isu-isu yang mempengaruhi kehidupan mereka, sehingga meningkatkan rasa memiliki dan kontrol atas kesehatan mereka. Penelitian tersebut selaras dengan Fine et al., (2018) dimana penggunaan kartu bergambar dapat membantu mahasiswa kedokteran gigi dalam mengungkapkan pengalaman belajar mereka dengan cara yang lebih personal, bebas dan dapat merangsang pemikiran (Fine et al., 2018).

Media visual seperti *flash card* menyediakan cara yang mudah diakses bagi remaja untuk mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi karena memungkinkan mereka untuk belajar kapan saja dan di mana saja (Wulandari, 2019). Selain itu Bauer (2023) memaparkan bahwa dengan *flash card* dapat membantu dalam pengembangan keterampilan yang lebih tinggi, seperti analisis dan penerapan langsung dari informasi yang sudah diberikan. Hal ini dikarenakan *flash card* adalah media pembelajaran visual yang praktis dan mudah dibawa karena berukuran kecil, tidak perlu keahlian khusus dalam menggunakannya, mudah diingat karena terdapat gambar dan dilengkapi teks, menyenangkan karena dapat digunakan sebagai permainan, menarik dan membuat semangat sehingga dapat meningkatkan peran keikutsertaan (W E Lestari, Hartono, 2020). Hal ini beriringan dengan penelitian yang mempaarkan bahawa *flash card* efektif dalam meningkatkan peran siswa mengenai *body shaming* (Alfiah Rahmawati et al., 2021).

Semua penjelasan diatas sejalan dengan teori belajar konstruktivisme yang menyatakan bahwa proses belajar tidak cukup hanya dari guru yang menjelaskan, dibutuhkan keterlibatan aktif dari siswa agar materi bisa benar-benar dipahami dan diterima dengan baik (Masgumelar & Mustafa, 2021). Beberapa artikel yang ditemukan menggunakan desain *quasi-experimental* dengan hanya satu kelompok. Hal ini dapat menimbulkan bias, karena tanpa adanya kelompok kontrol tidak bisa memastikan apakah perubahan yang terjadi disebabkan oleh perlakuan yang diberikan atau justru dipengaruhi oleh faktor lain di luar itu (Shadish et al., 2002). Selain itu perlu juga untuk memperhatikan validitas dan reliabilitas dari setiap alat ukur yang digunakan, karena alat ukur yang dikembangkan di satu daerah belum tentu relevan atau akurat jika langsung digunakan di daerah lain tanpa proses validasi ulang (van de Vijver & Leung, 2021).

Simpulan

Penggunaan *flash card* sebagai media pendidikan kesehatan pada remaja efektif dalam meningkatkan pengetahuan. *Flash card*, dengan kombinasi gambar dan teks memudahkan remaja memahami informasi kesehatan, meningkatkan ingatan, serta menyampaikan konsep-konsep yang sulit dengan cara yang lebih mudah dipahami. Selain itu, *flash card* menciptakan suasana pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan, mendorong remaja untuk berpikir kritis dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar. Aksebilitas dan fleksibilitasnya juga dapat digunakan untuk belajar kapan saja dan di mana saja, menjadikannya alat yang sangat efektif dalam pendidikan kesehatan. Rekomendasi untuk pengembangan media digital interaktif berbasis *flash card* juga akan memperkaya dampak praktis dari studi ini, terutama dalam konteks pendidikan kesehatan berbasis teknologi. Secara keseluruhan, *flash card* dapat menjadi salah satu alternatif media pendidikan kesehatan yang inovatif dan adaptif terhadap kebutuhan remaja masa kini.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis untuk menyelesaikan *scoping review* pada artikel ini.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

Daftar Pustaka

Aidha, Z., Mahfirah Lubis, N., Berutu, N., Surianti, S., Marpaung, S. Y., Nayoan Nasution, R. A., & Chairani Harahap, V. (2023). Health Information and Promotion Media Health Office of North Sumatra Province. *Pkm-P*, *7*(1), 118. https://doi.org/10.32832/jurma.v7i1.1769

Akbar, M. R. (2022). *Flash Card sebagai Media Pembelajaran dan Penelitian* (M. Nasrudin (ed.)). CV. Haura Utama.

Alfiah Rahmawati, Kartika Adyani, & Apriliana Eka. (2021). Differences in Video Media and Flash Card Effectiveness on Knowledge and Attitudes About Body Shaming in Adolescents. *Embrio*, *13*(1), 28–38. https://doi.org/10.36456/embrio.v13i1.3311

Angreany, F., & Saud, S. (2017). Keefektifan Media Pembelajaran Flashcard dalam Keterampilan Menulis Karangan Sederhana Bahasa Jerman Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 9 Makassar. *Eralingua: Jurnal Pendidikan Bahasa Asing Dan Sastra*, *1*(2). https://doi.org/10.26858/eralingua.v1i2.4410

Aryandari, M., & Sari, P. M. (2024). Development Of Picture Card Media Based On Science Literacy On Ecosystem Materials. *JIV-Jurnal Ilmiah Visi*, *19*(1), 92–100. https://doi.org/10.21009/JIV.1901.10

Basak, T., Demirtas, A., & Yorubulut, S. M. (2021). Virtual reality and distraction cards to reduce pain during intramuscular benzathine penicillin injection procedure in adults: A randomized controlled trial. *Journal of Advanced Nursing*, *77*(5), 2511–2518. https://doi.org/10.1111/jan.14782

Baska, D. Y., Madjid, T. H., & Idjradinata, P. S. (2020). The Effect of Health Education with Flashcard Media on Improvement of Knowledge and Reduction of Anxiety Degree in Adolescents Primigravida. *Global Medical & Health Communication (GMHC)*, *8*(1), 59–66. https://doi.org/10.29313/gmhc.v8i1.5192

Bauer, M. B. (2023). *The Effect of Flashcards on the Factual Knowledge and Conceptual Understanding of Student Athletes* [Florida State University]. https://www.proquest.com/docview/2829558035

Bayuaji, A. R. (2024). *Penggunaan Media Visual dalam Pembelajaran untuk Siswa Generasi Alpha*. https://www.kompasiana.com/bemfkipuhamka/6665c7a5c925c42f5d1c8652/penggunaan-media-visual-dalam-pembelajaran-untuk-siswa-generasi-alpha

BPS. (2024). Provinsi Jawa Barat dalam Angka. *Badan Pusat Statistika Provinsi Jawa Barat*.

Cahya, D. P., & Sari, Y. (2023). Pengunaan Media Flash Card sebagai Media dalam Mengenal Huruf Abjad pada Anak Usia Dini. *Educivilia: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *4*(1), 64–72. https://doi.org/10.30997/ejpm.v4i1.6692

Fine, P., Leung, A., Francis, J., & Louca, C. (2018). The use of picture cards to elicit postgraduate dental student feedback. *Dentistry Journal*, *6*(2), 3–11. https://doi.org/10.3390/dj6020007

Fonseca, L. G., Bertolin, M. N. T., Gubert, M. B., & da Silva, E. F. (2019). Effects of a nutritional intervention using pictorial representations for promoting knowledge and practices of healthy eating among Brazilian adolescents. *PLoS ONE*, *14*(3), 1–12. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213277

Hadiz, L., Adrianto, B., Sarahtika, D. P., Handoko, G., Purbaningrum, W., Wandasari, W., & Kusumaningrum, S. (2019). Buletin SMERU No.1/2019. *The SMERU Research Institute*, *Buletin SM*(1), 1–24. https://smeru.or.id/id/publication-id/buletin-smeru-no-12019

Hamdanah, & Surawan. (2022). Remaja dan Dinamika. In Muslimah (Ed.), *K-Media*. K-Media.

Kim, M.-H., Yeon, J.-Y., & Choi, M.-K. (2019). Development and Evaluation of the Card Game for Children's Sugar Intake Reduction. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, *51*(7), S58. https://doi.org/10.1016/j.jneb.2019.05.433

Laholt, H., Guillemin, M., McLeod, K., Beddari, E., & Lorem, G. (2019). How to use visual methods to promote health among adolescents: A qualitative study of school nursing. *Journal of Clinical Nursing*, *28*(13–14), 2688–2695. https://doi.org/10.1111/jocn.14878

Lee, S. J., & Reeves, T. (2017). Edgar Dale and the Cone of Experience. *Foundations of Learning and Instructional Design Technology*, *1996*, 93–100.

DOI: 10.31004/obsesi.v9i5.6977

https://open.byu.edu/lidtfoundations/edgar_dale

Masgumelar, N. K., & Mustafa, P. S. (2021). Teori Belajar Konstruktivisme dan Implikasinya dalam Pendidikan dan Pembelajaran. *Ghaitsa*, *2*(1). https://www.siducat.org/index.php/ghaitsa/article/view/188

Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.

Ouchene, D., Boussalah, H., & Ziane, K. (2024). Role of the Media in Health Awareness. *International Journal of Health Sciences*, *8*(S1), 477–482. https://doi.org/10.53730/ijhs.v8nS1.14808

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., … Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *The BMJ*, *372*. https://doi.org/10.1136/bmj.n71

Putri, S. D., Dewi, R., & Septiyanti. (2024). Increasing Teenagers' Knowledge About Whiteness Through Media Games Flash Cards And Leaflets. *Jurnal Besurek JIDAN*, *3*(1), 7–13. https://doi.org/10.33088/jbj.v3i1.676

Rahman, I. N. F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press. https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku Promosi Kesehatan.pdf

Robinson, S. (2022). *Principles and Practice of Health Promotion and Public Health*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780367823696

Schubbe, D., Cohen, S., Yen, R. W., Muijsenbergh, M. VD, Scalia, P., Saunders, C. H., & Durand, M.-A. (2018). Does pictorial health information improve health behaviours and other outcomes? A systematic review protocol. *BMJ Open*, *8*(8), e023300. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-023300

Senzaki, S., Hackathorn, J., Appleby, D. C., & Gurung, R. A. R. (2017). Reinventing Flashcards to Increase Student Learning. *Psychology Learning and Teaching*, *16*(3), 353–368. https://doi.org/10.1177/1475725717719771

Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). Experimental and Quasi-Experimental Designs for Generalized Causal Inference. In *Dimensions in health service*. Houghton Mifflin Company.

Swarjana, I. K. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap dengan Konsep teori Cara Mengukur Variabel dan Contoh Kuesioner*. CV Andi Offset.

Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, *3*(2), 259–273. https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578

van de Vijver, F. J. R., & Leung, K. (2021). *Methods and Data Analysis for Cross-Cultural Research* (V. H. Fetvadjiev, J. R. J. Fontaine, & J. He (eds.)). Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/9781107415188

W E Lestari, Hartono, K. (2020). Penggunaan Media Flashcard untuk Meningkatkan Keterampilan Membaca Pemahaman Peserta Didik Kelas III SDN Tegalayu. *Jurnal Universitas Sebelas Maret*. https://jurnal.uns.ac.id/jpi/article/view/40513

Wulandari, E. (2019). *Visual Media To Campaign The Sexual Health For Teenagers (Study Case Using Visual Media To Inform Health Reproduction For Teenager In Solo)*. *207*(Reka), 309–311. https://doi.org/10.2991/reka-18.2018.67